

**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI, TINGKAT PAPARAN MEDIA
MASSA DAN FAKTOR KETURUNAN DENGAN USIA *MENARCHE*
PADA SISWI DI SMP NEGERI 1 SUBAH KABUPATEN BATANG**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh :
AFIKA DWI KISSWARDHANI
J 410 100 022

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

Jl. A. Yani Tromol Pos I – Pabelan, Kartasura Telp. (0271) 717417, Fax : 7151448 Surakarta 57102

Surat Persetujuan Artikel Publikasi Ilmiah

Yang bertanda tangan ini pembimbing/ skripsi/ tugas akhir :

Pembimbing I

Nama : Ambarwati, S.Pd, M.Si

NIK : 757

Pembimbing II

Nama : Dwi Astuti, SKM, M.Kes

NIP/NIK : 756

Telah membaca dan mencermati naskah artikel publikasi ilmiah, yang merupakan ringkasan skripsi/tugas akhir dari mahasiswa:

Nama : Afika Dwi Kisswardhani

NIM : J 410 100 022

Program Studi : Kesehatan Masyarakat

Judul Skripsi :

“HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI, TINGKAT PAPARAN MEDIA MASSA DAN FAKTOR Keturunan dengan usia MENARCHE pada siswi di SMP Negeri 1 Subah Kabupaten Batang”

Naskah artikel tersebut, layak dan dapat disetujui untuk dipublikasikan.

Demikian persetujuan dibuat, semoga dapat dipergunakan seperlunya.

Surakarta, November 2014

Pembimbing I

Ambarwati, S.Pd, M.Si

NIK. 757

Pembimbing II

Dwi Astuti, SKM, M.Si

NIK. 756

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI, TINGKAT PAPARAN MEDIA MASSA DAN FAKTOR KETURUNAN DENGAN USIA *MENARCHE* PADA SISWI DI SMP NEGERI 1 SUBAH KABUPATEN BATANG

Afika Dwi Kiswardhani*, Ambarwati, Dwi Astuti*****

*Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat FIK UMS, **Dosen Kesehatan Masyarakat FIK UMS,
***Dosen Kesehatan Masyarakat FIK UMS

ABSTRAK

Menarche merupakan pendarahan pertama kali yang berasal dari uterus yang terjadi pada wanita di masa pubertas sekitar usia 12-14 tahun. *Menarche* dini berhubungan dengan beberapa faktor yang meliputi keadaan gizi, genetik, konsumsi makanan, hormon, sosial ekonomi, keterpaparan media massa orang dewasa (pornografi), perilaku seksual dan gaya hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi (IMT/U), tingkat paparan media massa, dan faktor keturunan dengan usia *menarche* pada siswi di SMP Negeri 1 Subah Batang. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* dengan analisis statistik uji *chi square*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 71 siswi yang kelas VIII yang telah mengalami *menarche*. Sampel penelitian sebanyak 59 siswi dan pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proporsional random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara status gizi ($p=0,97$) dan paparan media massa ($p=0,409$) dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Subah Kabupaten Batang, serta ada hubungan antara faktor keturunan ($p=0,015$) dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Subah Kabupaten Batang.

Kata kunci : Status gizi (IMT/U), Genetik, *Menarche*

ABSTRACT

Menarche is the first hemorrhage from uterine which happen at women with puberty's age around 12-14 years old. Early menarche is related to several factors such as nutrients condition, genetics, food consumptions, hormone, socio economic, mass media of adult contamination (pornography), sexual behaviour and life style. This research aimed to determine the relationship between nutritional status (IMT/U), level mass media contamination and genetics factor with age menarche on schoolgirl at SMP Negeri 1 Subah Batang. This research used cross sectional design. with statistic analysis chi square. Population in the research is 71 students from VIII class who had menarche experience (first menarche). Sample in the research is 59 students and use proporsional random sampling. Result from the research showed didn't association between nutritional status ($p=0,97$) and mass media contamination ($p=0,049$) with age menarche on schoolgirl at SMP Negeri 1 Subah Batang and the result showed relationship between genetics factor ($p=0.015$) with age menarche on schoolgirl at SMP Negeri 1 Subah Batang.

PENDAHULUAN

Setiap satu diantara enam penduduk dunia adalah remaja. Sedangkan 85% diantaranya hidup di negara berkembang. Di Indonesia, jumlah remaja dan kaum muda berkembang sangat cepat. Pada tahun 2000, kelompok umur 15-24 tahun jumlahnya meningkat dari 21 juta menjadi 43 juta atau dari 18% menjadi 21% dari jumlah total populasi di Indonesia. Menurut *World Health Organization* (WHO) periode usia remaja yaitu antara 10-19 tahun (Kusmiran, 2012).

Banyak hal yang mempengaruhi *menarche* pada remaja putri, antara lain adanya perubahan hormon yang mempengaruhi kematangan sel dan asupan gizi yang dikonsumsi saat menjelang datangnya *menarche*. Asupan gizi yang kurang menyebabkan gizi pada seseorang akan berdampak pada penurunan fungsi reproduksi. Pada wanita anoreksia kadar hormon steroid mengalami perubahan yang menyebabkan meningkatnya kadar testosteron serum dan penurunan sekresi steroid dalam urin, diantaranya androstereon dan epioandrostereon, yang dampaknya dapat menyebabkan terjadi perubahan siklus ovulasi yang mengakibatkan lamanya *menarche* (Waryana, 2010).

Menarche merupakan perdarahan pertama kali dari uterus yang terjadi pada wanita di masa pubertas sekitar usia 12-14 tahun. *Menarche* merupakan perubahan yang menandakan bahwa remaja sudah memasuki tahap kematangan organ seksual dalam tubuh. Dimulainya *menarche* membuat organ seks sekunder tumbuh berkembang, seperti pembesaran payudara, mulai tumbuh rambut ketiak, panggul membesar dan juga mulai berkembangnya beberapa organ vital yang siap untuk dibuahi (Manuaba, 2007). Usia *menarche* bervariasi pada setiap individu dan wilayah tempat tinggal. Namun usia *menarche* dapat dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12-14 tahun (Susanti, 2012).

Menarche dini dapat terjadi karena beberapa faktor yang meliputi keadaan gizi, genetik, konsumsi makanan, sosial ekonomi, keterpaparan media massa orang dewasa, perilaku seksual dan gaya hidup. Usia *menarche* dini yang berhubungan dengan faktor gizi karena kematangan seksual dipengaruhi oleh nutrisi dalam tubuh remaja. Remaja yang lebih dini mengalami *menarche* akan memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang lebih tinggi, sedangkan remaja yang mengalami *menarche* terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama (Soetjiningsih, 2007). Faktor sosial dan ekonomi juga mempengaruhi terjadinya *menarche* dini. Pengaruh keadaan sosial ekonomi mempengaruhi kemampuan daya beli keluarga dalam mencukupi kebutuhan nutrisi makanan (Astuti, 2010). Faktor genetik

berperan mempengaruhi percepatan dan perlambatan *menarche* yaitu antara usia *menarche* ibu dengan usia *menarche* putrinya. Faktor genetik merupakan faktor yang tidak bisa dimodifikasi (Maulidiah, 2011). Edward (2007), mengungkapkan hasil penelitian di Amerika Serikat dalam 25 tahun terakhir, menunjukkan bahwa usia rata-rata *menarche* menjadi lebih cepat, dari 12,75 tahun menjadi 12,54 tahun. Pada anak-anak kulit hitam usia *menarche* rata-rata lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak kulit putih.

Berdasarkan data Depkes RI (2010), diketahui bahwa di Indonesia terjadi penurunan usia *menarche*. Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar tahun 2010 terdapat 5,2% anak-anak di 17 Provinsi di Indonesia telah memasuki usia *menarche* di bawah usia 12 tahun.

Hasil yang diperoleh dari Riskesda (2010) di Kabupaten Malang, Jawa Timur sebanyak 74,8% remaja putri memiliki status gizi normal. Sebesar 25,3% remaja putri mengalami *menarche* pada usia 11-12 tahun dan 36,5% pada usia 13-14 tahun.

Anurogo(2011), mengungkapkan usia *menarche* terlalu dini dapat menjadi faktor risiko terjadinya *disminore primer*. Sedangkan menurut Santrock (2003), remaja yang tidak siap mengalami *menarche* dini cenderung menunjukkan reaksi negatif. Selain itu Penurunan usia *menarche* akan menyebabkan peningkatan risiko terjadinya kelainan kardiovaskular, kanker ovarium dan kanker payudara (Lakshman, 2009).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan pada Bulan Juli kepada 18 siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Subah, Kabupaten Batang diketahui sebanyak 9 siswi telah mengalami menstruasi dan 9 siswi belum mengalami menstruasi.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *survey observasional* yang merupakan survei atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian dilaksanakan bulan Agustus 2014 di SMP Negeri I Subah.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas VII SMP Negeri 1 Subah, Kabupaten Batang yang telah mengalami menstruasi yaitu sebanyak 71 siswi. Sampel yang diambil adalah sebagian dari jumlah siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Subah, Kabupaten Batang yang telah mengalami menstruasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *Proporsional Random Sampling* (PRS) yaitu dilakukan dengan melakukan undian pada kerangka sampel. Dengan kriteria :

1. Kriteria Inklusi

- a) Siswi kelas VII yang terdaftar di SMPN 1 Subah, Kabupaten Batang pada tahun ajaran 2013/2014 yang telah mengalami menstruasi.
 - b) Tidak dalam keadaan sakit /skorsing.
 - c) Bersedia menjadi responden.
2. Kriteria eksklusi
- a) Siswi SMPN 1 Subah, Kabupaten Batang yang sakit kronis/ sedang skorsing.
 - b) Siswi yang mempunyai status gizi tidak normal (*malnutrisi*).
 - c) Siswi yang mengalami *menarche* lambat.
 - d) Tidak bersedia menjadi responden.

Adapun analisis data yang digunakan analisis univariat yang dilakukan untuk mengetahui karakteristik variabel yang kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan analisis bivariat digunakan untuk melihat hubungan variabel. Analisis yang digunakan *Fisher's Exact* dan *Chi square* dengan taraf signifikan 95%.

HASIL

A. Karakteristik Responden

1. Umur Responden

Berdasarkan Tabel 5, distribusi umur responden, usia paling rendah terdapat pada usia 12 tahun, sebanyak 9 siswi (15,3%) dan usia paling tinggi adalah usia 15 tahun (1,7%). Usia paling banyak yaitu pada usia 13 tahun sebanyak 45 siswi (76,3%)

2. Berat Badan Responden

Tabel 6 menunjukkan bahwa jumlah responden penelitian paling banyak adalah responden yang memiliki berat badan 28-42 Kg, yaitu sebanyak 31 siswi (52,5%). Berat badan minimum 28kg dan berat badan maksimum 56kg.

3. Tinggi Badan

Tabel 7 menunjukkan bahwa jumlah responden penelitian paling banyak adalah responden yang memiliki tinggi badan 153-164 cm yaitu sebanyak 30 siswi (51%). Rata-rata tinggi badan responden adalah 151 cm, tinggi badan minimum responden yaitu 125 cm dan tinggi badan maksimum yaitu 164 cm.

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia Responden (tahun)	n (siswi)	Persentase (%)
---------------------------	--------------	-------------------

12	9	15.3
13	45	76.3
14	4	6.8
15	1	1.7
Jumlah	59	100.0

Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan

Berat badan (Kg)	n (siswi)	Persentase (%)
28-42	31	52.5
43-56	28	47.5
Jumlah	59	100

Tabel 7. Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggi Badan

Tinggi badan (Cm)	n (siswi)	Persentasi (%)
125-152	29	49
153-164	30	51
Jumlah	59	100

B. Analisis Univariat

1. Status Gizi Responden

Tabel 8 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 50 siswi (84,7%). Rata-rata IMT/U adalah -0,158, IMT/U minimum responden yaitu -1,64 dan IMT maksimum yaitu 2,84

2. Tingkat Paparan Media Massa

Tabel 9 menunjukkan bahwa sebanyak 31 siswi (52,5%) tidak terpapar media massa dan sebanyak 28 siswi (47.5%) terpapar media massa. Keterpaparan media massa ini meliputi keterpaparan terhadap media cetak serta media elektronik.

3. Faktor keturunan (*usia menarche ibu*)

Tabel 10 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah mengalami *menarche* pada kategori tidak normal yaitu pada usia ≤ 12 tahun sebanyak 51 ibu (86.4%). Rata-rata usia *menarche* ibu yaitu pada usia 11,14 tahun. Sedangkan usia *menarche* minimumnya adalah 9 tahun dan usia *menarche* maksimum adalah 13 tahun.

4. Usia *menarche* responden

Tabel 11 menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah mengalami *menarche* pada kategori tidak normal yaitu pada usia ≤ 12 tahun yaitu sebanyak 43 responden (72,9%). Rata-rata usia *menarche* responden yaitu adalah usia 12,05 tahun. Sedangkan usia *menarche* minimumnya adalah 11 tahun dan usia *menarche* maksimum adalah 13 tahun

Tabel 8. Analisis Univariat Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	n (siswi)	Persentasi (%)
Normal	50	84,7
Gizi lebih	9	15,3
Jumlah	59	100

Tabel 9. Analisis Univariat Berdasarkan Tingkat Paparan Media Massa

Kategori paparan media massa	n (siswi)	Persentase (%)
Terpapar ($> mean=1.46$)	28	47.5
Tidak terpapar ($\leq mean=1.46$)	31	52.5
Total	59	100.0

Tabel 10. Analisis Univariat Berdasarkan Usia *Menarche* ibu

Kategori usia <i>menarche</i>	n (ibu)	Persentasi (%)
normal (13-14 tahun)	8	13.6
tidak normal (≤ 12 tahun)	51	86.4
Total	59	100.0

Tabel 11. Analisis Univariat Berdasarkan Usia *Menarche* Responden

Kategori usia <i>menarche</i>	N (responden)	Persentasi (%)
normal (13-14 tahun)	16	27,1
tidak normal (≤ 12 tahun)	43	72,9
Total	59	100

C. Analisis Bivariat

1. Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche*

Tabel 12 menunjukkan responden yang masuk dalam kategori status gizi normal dan mengalami usia *menarche* tidak normal (cepat) sebanyak 34 siswi (68%). Sedangkan yang memiliki status gizi tidak normal (gizi lebih) semuanya mengalami usia *menarche* tidak normal (cepat). Setelah dilakukan uji statistik *Fisher's exact* diperoleh nilai p *valuenya* 0,97, berarti kesimpulannya tidak ada perbedaan status usia *menarche* antara status gizi normal dengan status gizi tidak normal. Sehingga dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 1 Subah.

2. Hubungan Tingkat Paparan Media Massa dengan Usia *Menarche*

Tabel 13 menunjukkan responden yang tidak terpapar media massa dan mengalami usia *menarche* tidak normal (cepat) sebanyak 24 siswi (77,4%) dan responden yang terpapar media massa dan memiliki usia *menarche* yang normal sebanyak 9 siswi (32,1%). Setelah dilakukan uji *chi square* diperoleh nilai $p=0,409 \geq \alpha=0,05$. Sehingga dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara paparan media massa dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 1 Subah.

3. Hubungan Faktor Keturunan dengan Usia *Menarche*

Tabel 14 menunjukkan responden yang memiliki ibu dengan usia *menarche* tidak normal (cepat) dan responden (anak) memiliki usia *menarche* yang tidak normal juga (cepat) sebanyak 40 siswi (78,4%). Sedangkan responden yang memiliki ibu dengan usia *menarche* normal dan usia *menarche* responden juga normal sebanyak 5 siswi (62,7%). Setelah dilakukan uji *chi square* diperoleh nilai $p=0,015 \leq \alpha=0,05$. Sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara faktor genetik dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 1 Subah.

Tabel 12. Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada siswi SMP N 1 Subah

Status Gizi	Usia Menarche Responden				Total (siswi)	n (%)	p
	Tidak normal (cepat)	n (%)	Normal	n (%)			
Normal	34	68.0	16	32	50	100	0.97
Gizi lebih	9	100	0	0	9	100	
Total	43	72.9%	16	27.1%	59	100	

Tabel 13. Hubungan Tingkat Paparan Media Massa dengan Usia *Menarche* pada siswi SMP N 1 Subah

Paparan Media Massa	Usia Menarche Responden				Total (siswi)	n (%)	p
	Normal	n (%)	Tidak normal	N (%)			
Terpapar	9	32.1	19	67.9	28	100	0.409
Tidak Terpapar	7	22.6	24	77.4	31	100	
Total	16	27.1	43	72.9	59	100	

Tabel 14. Hubungan Faktor Keturunan dengan Usia *Menarche* pada siswi SMP N 1 Subah

Usia Menarche ibu	Usia Menarche Responden				Total (siswi)	n (%)	p
	Normal	n (%)	Tidak Normal	N (%)			
Normal	5	62.7	3	37.5	8	100	0.015
Tidak Normal	11	21.6	40	78.4	51	100	
Total	16	27.1	43	72.9	59	100	

PEMBAHASAN

1. Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche*

Tabel 12 menunjukkan responden yang masuk dalam kategori status gizi normal dan mengalami usia *menarche* tidak normal (cepat) sebanyak 34 siswi (68%). Sedangkan yang memiliki status gizi tidak normal (gizi lebih) sebanyak 9 siswi (100%) semuanya mengalami usia *menarche* tidak normal (cepat). Setelah dilakukan uji statistik dengan melihat hasil *Fisher's exact* diperoleh nilai *p value* 0,97, berarti tidak ada hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 1 Subah.

Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian Pujiani (2013) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan usia *menarche*. Hal yang membuat hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Pujiani, dikarenakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Pujiani menggunakan uji *chi square* dengan teknik *propotionate startified random sampling*. Remaja yang memiliki IMT (Indeks Massa Tubuh) yang lebih tinggi cenderung mendapatkan menstruasi pertamanya terlebih dahulu, hal ini dikarenakan kadar leptin yang disekresikan oleh kelenjar diposa dan leptin mempengaruhi kadar neuropeptida Y yang mempengaruhi GnRH. Berubahnya kadar GnRH yang disekresikan juga mengubah kadar sekresi LH. Selain itu, leptin berpengaruh pada maturasi oosit yang merangsang pematangan ovum yang dihasilkan oleh ovarium (Prayitno, 2014) Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa remaja yang memiliki status gizi tinggi akan mengalami *menarche* di usia yang lebih muda dibanding mereka yang memiliki status gizi rendah, karena perbedaan jumlah kelenjar adiposa yang mereka miliki menghasilkan jumlah sekresi kadar leptin yang berbeda. Mereka yang memiliki status gizi diatas normal akan mendapatkan usia *menarche* yang terlalu cepat.

Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa penting diperhatikan tentang asupan konsumsi makanan oleh para siswi, karena asupan makanan tersebut akan mempengaruhi status gizi yang sudah tentu akan mempengaruhi kesehatan reproduksinya. Peran serta pihak sekolah juga sangat penting dalam hal pemberian edukasi secara dini tentang masalah-masalah yang berhubungan dengan kesehatan resproduksi kepada para siswi, yang diharapkan siswi bisa paham dan mengerti tentang kesehatan reproduksi.

2. Hubungan Tingkat Paparan Media Massa dengan Usia *Menarche*

Tabel 13 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat paparan media massa dengan usia *menarche* pada siswi di SMP N 1 Subah Kabupaten Batang. Sebanyak 24 siswi (77,4%), masuk dalam kategori tidak terpapar media massa dan memiliki usia *menarche* cepat. Tidak adanya hubungan antara kedua variabel ditunjukkan dari hasil perhitungan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% didapat nilai $p=0,409$. Karena $p>0,05$ maka hipotesis (H_a) penelitian ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara paparan media massa dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 1 Subah, Kabupaten Batang.

Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian dari Putri (2009) yang menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara paparan media massa dengan usia *menarche* pada siswi

SMP Al-Azhar Rawamangun Jakarta Timur. Dalam penelitian ini menyebutkan bahwa 69,9% responden telah terpapar media elektronik dewasa dan sebanyak 97,1% responden telah terpapar media cetak orang dewasa. Hal yang membuat penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Putri dikarenakan penelitian yang dilakukan Putri bertempat di SMP yang berada di kota besar yaitu di Jakarta Timur. Perbedaan lokasi sekolah dan jumlah responden sangat mempengaruhi hasil dari penelitian.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Kusuma (2012) menyimpulkan ada hubungan antara paparan audio visual dengan usia *menarche* pada remaja awal di SMP 11 Kota Semarang. Dalam penelitian tersebut, 100% responden tidak pernah terpapar audio visual berupa menonton atau membaca majalah orang dewasa. Hasil uji *chi square* dalam penelitian ini diperoleh nilai $p=0,000$. Nilai $p<0,05$ yang berarti ada hubungan yang sangat signifikan. Hal yang membuat penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Kusuma (2012) dikarenakan penelitian yang dilakukan Kusuma (2012) bertempat di SMP yang berada di kota besar yaitu di Semarang. Perbedaan lokasi sekolah dan jumlah responden sangat mempengaruhi hasil dari penelitian.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pentingnya peran serta dari pihak sekolah dan pihak keluarga untuk memberikan edukasi dan pengawasan terhadap para siswi dari berbagai macam informasi yang muncul dari media cetak maupun media elektronik. Pengawasan tersebut sangat penting karena pada era modernisasi sekarang ini akses memperoleh berbagai informasi sangatlah mudah. Informasi dapat ditampilkan dalam berbagai bentuk. Acara-acara televisi juga memberikan pengaruh yang sangat besar pada siswi, siswi dapat meniru berbagai macam adegan yang ada pada acara televisi tersebut. Oleh karena itu, sangat penting adanya pengawasan dari orang tua saat melihat acara televisi pada anak usia SMP tersebut.

3. Hubungan Faktor Keturunan dengan Usia *Menarche*

Tabel 14 menunjukkan responden yang memiliki ibu dengan usia *menarche* tidak normal (cepat) dan yang memiliki usia *menarche* yang tidak normal juga (cepat) sebanyak 40 siswi (78,4%). Sedangkan responden yang memiliki ibu dengan usia *menarche* normal dan usia *menarche* responden juga normal sebanyak 5 siswi (62.7%). Setelah dilakukan uji *chi square* diperoleh nilai $p=0,015 \leq \alpha=0,05$. Sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara faktor genetik dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 1 Subah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan Putri yang menyatakan adanya hubungan bermakna antara genetik (usia *menarche* ibu) dengan usia *menarche* siswi.

Hasil penelitian yang berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya mungkin disebabkan karena ada beberapa ibu yang lupa kapan tepatnya usia *menarchenya*, hal tersebut diutarakan beberapa responden yang menyatakan bahwa ibunya tidak terlalu yakin dengan usia *menarchenya*.

PENUTUP

A. SIMPULAN

1. Gambaran rata-rata usia responden adalah 12,95 tahun, rata-rata berat badan responden adalah 42,42 Kg, rata-rata tinggi badan responden adalah 151 cm.
2. Status gizi responden dalam kategori status gizi normal sebanyak 50 siswi (84,7%) dan 9 siswi (15,3%) dalam status gizi tidak normal (gizi lebih)
3. Tingkat paparan media massa terhadap responden dalam kategori tidak terpapar sebanyak 31 siswi (52,5%) dan siswi yang terpapar sebanyak 28 siswi (47,5%)
4. Usia *menarche* ibu responden paling banyak yaitu dalam kategori tidak normal/cepat (≤ 12 tahun) sebanyak 51 ibu (86,4%) dan yang memiliki usia *menarche* normal sebanyak 8 ibu (13,6%).
5. Usia *menarche* responden paling banyak dalam kategori tidak normal/cepat (≤ 12 tahun) sebanyak 43 siswi (72,9%) dan yang memiliki usia *menarche* normal sebanyak 16 siswi (27,1%)
6. Tidak ada hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 1 Subah ($p=0,97$)
7. Tidak ada hubungan bermakna antara tingkat paparan media massa dengan usia *menarche* pada siswi di SMP N 1 Subah, Kabupaten Batang ($p=0,409$)
8. Ada hubungan bermakna antara faktor genetik (usia *menarche* ibu) dengan usia *menarche* pada siswi di SMP N 1 Subah, Kabupaten Batang ($p=0,015$)

B. SARAN

1. Bagi SMP N 1 Subah Kabupaten Batang

Diharapkan bagi pihak sekolah agar dapat memberikan edukasi kepada siswi tentang masalah kesehatan reproduksi lebih dini khususnya tentang menstruasi seiring dengan adanya percepatan usia *menarche* pada remaja putri. Siswi juga diberikan

pengetahuan mengenai sikap dan perilaku yang tepat untuk menghadapi menstruasi dan diberikan pengetahuan untuk menjaga kesehatan organ reproduksi saat menghadapi menstruasi untuk mencegah munculnya masalah-masalah kesehatan reproduksi.

2. Bagi siswi

Sebaiknya para siswi lebih mengetahui tentang menstruasi dan hal-hal apa saja yang harus dilakukan saat menghadapi menstruasi. Diharapkan siswi juga menjaga asupan gizi mereka, dan sebaiknya para siswi juga menjaga kesehatan reproduksi mereka agar memperkecil resiko kejadian *disminore*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kejadian *menarche* misalnya aktivitas fisik, status ekonomi, konsumsi makanan dan hormon.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar M. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Andry Y dan Humariy T. 2013. *Diet Sehat Khusus Remaja*. Yogyakarta : Khithah Pubising.
- Anurogo D. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta : Penerbit Andi.
- Arikunto S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman. 2008. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: ECG.
- Astuti R. 2010. Usia *Menarche*, Indeks Masa Tubuh, Frekuensi Konsumsi, dan Status Sosial Ekonomi Orang Tua pada Siswa SLTP di Pinggir dan Pusat Kota, Kota Semarang. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Semarang*.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2010. *Riset Kesehatan Dasar 2010*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Brown J.D, Halpern CT and L'engle KL. 2005. Mass Media as a Sexual Super Peer for Early Maturing Girls. *Journal of Adolescent Health*, vol 36,pp. 420-427.
- Bulan A.F, Pujiastuti N, Fajar I. 2013. *Ilmu Gizi untuk Praktisi kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Depkes RI. 2003. *Survey Indeks Massa Tubuh (IMT) Pengumpulan Status Gizi Berdasarkan IMT*. Jakarta : Direktorat Bina Gizi Masyarakat.
- Depkes RI. 2010. *Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Depkes RI.
- Dewi R. 2012. *Tiga Fase Penting pada Wanita*. Jakarta : PT Elex Media.
- Edward. 2007. Mean Age of Menarche in Trinidad and Its Relationship to Body Mass Index, Ethnicity and Mothers Age of Menarche. Anatomy Unit, Faculty of Medical Sciences University of the West Indies. *Online Journal of Biological Sciences* 7(2).
- Hammond. 2008. *Assessment: Dietary and Clinical Data*. In: Mahan, L.K., and Escott-Stump, S.,. *Krause's Food & Nutrition Therapy*. US : Saunders Elsevier. Jakarta: Tridasa Printer.

- Kail RV dan Cavanaugh. 2008. *Human Development a Life Span View*. United States of America: Cengage Learning
- Kartono K. 2006. *Psikologi Wanita I Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung: Bandar Maju.
- Kusmiran E. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kusuma D.A. 2012. Hubungan Beberapa Faktor Siswi dengan Kejadian *Menarche* Pada Remaja Awal di SMP 11 Kota Semarang Bulan Juni-Agustus 2012 (*skripsi*). Semarang : Universitas Diponegoro.
- Kuswandi W. 1998. *Komunikasi Massa sebuah Analisis Media Televisi*. Jakarta : Rieka Cipta.
- Lakshman. 2009. Early Age at Menarche Associated with Cardiovascular Disease and Mortality. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*. Vol. 94: 4953-496.
- Larsen E. 2007. Maturational Timing and Overweight Prevalence in US adolescent. *Journal of Am Public Health*.
- LIPI. 2004. Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VIII. 2004.
- Manan A. 2013. *Kamus Cerdik Kesehatan Wanita*. Jakarta : FlashBooks.
- Manuaba I.B.G. 2007. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Maulidiah F. 2011. Gambaran Status Gizi dan Genetik pada Kejadian *Menarche* di Perumahan Taman Pinang RW 05 Sidoarjo. STIKES YARSIS. *Karya Tulis Ilmiah 2011*.
- Notoatmodjo S. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Putri AK. 2009. Hubungan antara Status Gizi, Status *Menarche* Ibu, Media Massa, Aktivitas Olahraga dengan Status *Menarche* Siswi di SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur tahun 2009 (*skripsi*). Depok : Universitas Indonesia.
- Rosidah, I, 2008. Gambaran Pengetahuan Remaja tentang Menstruasi Pertama pada Siswi SMP Harapan Desa Paya Bakung Kecamatan Hamparan Perak Tahun 2006, *jurnal*. Akademi Kebidanan Helvetia Medan.
- Santrock WJ. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Sarwono S.W. 2009. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sarwono S.W. 2007. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Soetjiningsih. 2007. *Tumbuh Kembang Remaja dan permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supariasa I.D.N, Bakri B dan Fajar I. 2002. *Penilaian Status Nutrisi*. Jakarta: EGC.
- Susanti A.V. 2012. Faktor Risiko Kejadian *Menarche* Dini pada Remaja di SMPN 30 Semarang. *Journal of Nutrition College*. 1 (1) : 386-407. Universitas Diponegoro.
- Wardlaw G.M, Hampl J.S and DiSilvestro R.A. 2004. Dietary Fiber. In: Meyers, L.M., ed. *Perspectives in Nutrition*. 6th ed. New York: McGraw-Hill.
- Waryana. 2010. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Wiknjosastro. 2009. *Ilmu Kandungan*. Edisi Kedua. Cetakan Ketujuh. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Zegeye D, Megabaw B and Mulu A. 2009. Age at Menarche and The Menstrual Pattern of Secondary School Adolescent in Northwest Ethiopia. *BMC Woman,Health*(29):1-8.